اللہ سبحانہ وتعالیٰ نے کلام مجید میں تین یعنی انجیر کی قسم یاد فرمائی فرمایا ہے والتین والزیتون انجیر کی قسم اور زیتون کی۔ اللہ باری تعالیٰ انجیر کی قسم یاد فرمانا اس پھل کی اہمیت و افادیت کی دلیل ہے اور اس بات کی طرف اشارہ ہے کہ انجیر بے شمار فائدہ اور منافع ہیں۔

قرآن کریم کی جملہ 114 سورتوں میں سے کئی صورتیں ایسی ہیں جو حیوانات کے نام کو شامل ہیں مثلاً البقرۃ (گائے) الانعام (مویشی، چوپائے) النحل (شہد کی مکھی) النمل (چیونٹی) العنکبوت (مکڑی) فیل (ہاتھی) مگر سورہ التین وہ واحد سورہ ہے جو نباتات کے نام پر ہے۔

تین (انجیر) کا ذکر قرآن پاک میں ایک مرتبہ آیا ہے وہ بھی سورہ التین میں اور یہ جنتیوں کے کھانوں میں سے ہے۔ اور حدیث شریف میں حضرت ابو ذر رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے وہ فرماتے ہیں کہ اللہ کے رسول صلی اللہ تعالیٰ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا كُلُوا التِّينَ، فَلَوْ قُلْتُ اِنَّ فَاكِهَةً نَزَلَتْ مِنَ الْجَنَّةِ لَقُلْتُ هِيَ التِّينَ وَطَعَامُ الْجَنَّةِ بِلَا عَجَمٍ (ترجمہ) انجیر کھاؤ، اگر میں یہ کہوں کہ یہ پھل جنت سے نازل ہوا ہے تو کہہ سکتا ہوں کیوں کہ جنت کے پھل بغیر گٹھلی کے ہیں۔ اس حدیث کو امام سیوطی نے ابن سنی اور ابو نعیم کی روایت سے اپنی جامع میں نقل کیا۔

تین (انجیر) کے دوسرے عربی نام بھی ہیں کطمّار، تکس انگریزی میں اس کا نام Fig ہے اور فرانسیسی میں اس کا نام FIGUIER اور اس کا سائنسی نام FICUS CARICA ہے۔

انجیر میں معدنی عناصر:

انجیر میں پائے جانے والے کیمیاوی عناصر میں سے کیلشیم، فاسفورس، لوہا، سوڈیم، پوٹاشیم، میگنیشیم، فولاد اور گندھک ہیں نیز اس میں کئی ضروری وٹامن بھی پائے جاتے ہیں مثلاً وٹامن A ، B1 ، B2 ، C

پانی 23% پروٹین 4% فلیٹس (چربی) 1.3% کاربوہائیڈریٹ
69% شکر Sugar، فائبر اور ایسڈ Acid (تیزاب) ۔

انجیر کے فوائد:
مفسرین کرام اور اطباء نے انجیر کے بہت سے فوائد بتائے ہیں ذیل میں چند ذکر کئے جاتے ہیں ۔

(1) انجیر بھی زود ہضم ہے اور نظام انہضام کو بہتر کرتا ہے ۔
(2) پیٹ کے امراض میں نہایت مفید ہے ۔
(3) چہرے کو سرخ اور سفید رنگت عطا کرتا ہے ۔
(4) خون کے دباؤ کا شکار افراد کے لئے مفید ہے
(5) قدیم علوم کے مطابق یونانی قوت باہ بڑھانے کے لئے انجیر کا استعمال کرتے تھے اور آج جدید میڈیکل سائنس نے بھی یہ ثابت کر دیا ہے کہ انجیر تولیدی صلاحیتوں میں اضافہ کرتا ہے ۔
(6) مرض بواسیر میں بھی فائدہ مند ہے ۔
(7) مثانہ اور جگر کی گرمی کے لئے بے حد اکسیر ہے

زیتون :
لفظ زیتون، زیتونہ قرآن میں 6 مرتبہ آیا ہے سورہ انعام 99 اور 141 النحل 11 النور 35 عبس 29 والتین 01 ۔

اور حدیث شریف میں ہے کہ اللہ کے رسول صلی اللہ تعالی علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا: ائتدموا بالزیت وادھنوا بہ فانہ شجرۃ مبارکۃ (ابن ماجہ)
زیتون کا تیل کھاؤ اور اس سے جسم کی مالش کرو کہ یہ ایک مبارک درخت سے ہے ۔

زیتون کے دوسرے عربی نام بھی ہیں الشجرۃ المبارکۃ اشتہرتا انگریزی میں اس کا نام OLIVE ہے اور فرانسیسی میں OLIVIER اور اس کا سائنسی نام OLEA EUROPAEA
Olea europaea

زیتون میں کیمیاوی اجزا:
پروٹین، تیل، شکر، پوٹاشیم، کیلشیم
میگنیشیم، فاسفورس، سوڈیم، تانبا اور فائبر اور زیتون کا
تجزیہ کرنے سے علم ہوا کہ اس میں دیگر فیٹی ایسڈ Fatty Acid
بھی پائے جاتے ہیں۔

انجیر اور زیتون کے درمیان فرق:
(1) انجیر میں چھوٹے چھوٹے کئی بیج ہوتے ہیں اور زیتون میں
ایک بڑا بیج ہوتا ہے۔
2 انجیر پھل بڑا ہوتا ہے ایک لقمہ کی برابر جبکہ زیتون
چھوٹا ہوتا ہے۔
3 انجیر کے درخت کی عمر 100 سے 300 سال تک
ہوتی ہے جبکہ زیتون کے درخت کی عمر 1000 سے 3000
سال تک ہوتی ہے۔

روغن زیتون ~~تیل~~ کے فوائد:
زیتون کے تیل کے منجملہ فوائد میں سے یہ ہے کہ یہ جلد
کی بیماریوں کو ختم کرتا ہے، چہرہ کو بارونق بناتا ہے۔
اطبا کہتے ہیں کہ جو لوگ کھانا زیتون کے تیل میں پکاتے
ہیں متعدد بیماریوں سے محفوظ رہتے ہیں۔ حکماء کا کہنا ہے کہ
روغن زیتون میں خرگوش کا گوشت پکا کر کھانے سے
عورتوں میں بانجھ پن ختم ہو سکتا ہے۔ سانس کی ہر
بیماری میں روغن زیتون کارگر ہے۔ زیتون مثانہ
کی پتھری کو گلاتا ہے بلغم کو دور کرتا ہے اور منہ میں خوشبو
پیدا کرتا ہے۔ جوڑوں کے درد اور فالج میں اس کی مالش
سے فائدہ ہوتا ہے۔

~~ا~~ آیت والتین والزیتون کی تفسیر:

اس آیت کی تفسیر میں مفسرین اکرام کے کئی اقوال ہیں۔ ابن
کثیر کہتے ہیں کہ التین سے مراد مسجد نوح علیہ السلام ہے جو
آپ نے جودی پہاڑ پر بنائی تھی۔ اور زیتون سے مراد

کفایتی
Date ....
Pages ....
Rituraj

مسجد بیت المقدس ہے۔ امام قرطبی فرماتے ہیں کہ تین وہ ہے جسے تم کھاتے ہو۔ اور زیتون وہ ہے جس سے تم تیل نکالتے ہو۔ یا یہ دو پہاڑ ہیں ملک شام میں جو کہ ماکولات (کھانے کی چیزیں) اگاتے ہیں۔ اور جلالین میں ہے کہ تین سے مراد مسجد دمشق اور زیتون سے مراد مسجد بیت المقدس ہے۔ یا تین وہ پہاڑ ہے جس پر دمشق آباد ہے اور زیتون وہ پہاڑ ہے جس پر بیت المقدس ہے۔ امام طبری فرماتے ہیں کہ تین مسجد حرام ہے اور زیتون مسجد اقصیٰ۔

امام ابن سیرین فرماتے ہیں کہ خواب میں انجیر کا درخت دیکھنا مالداری اور سخاوت کی علامت ہے اور انجیر پھل کھانا کثرت اولاد و نسل کی علامت ہے اور زیتون دیکھنا زیادہ مال و اسباب ہونے کی نشانی ہے اور نیک اور پارسا عورت ملنے کا امکان ہے۔ اطبا فرماتے ہیں کہ انجیر اور زیتون کے ذریعہ سے مرد و عورت کی جنسی کمزوریوں کو دور کیا جا سکتا ہے۔